



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

YUMURTALI TAVUK SOTE

250 gr tavuk eti (haşlanmış ve küçük parçalara doğranmış)
6 yumurta (hafifçe çırpılmış)
1 çay kaşığı tuz
1 kahve kaşığı karabiber
1/2 kahve kaşığı hindistancevizi
2 çorba kaşığı süt
30 gr (2 çorba kaşığı) tereyağı
1 soğan (ince doğranmış)
4 büyük domates (kabukları soyulup, çekirdekleri temizlenerek kuşbaşı doğranmış)
1 küçük dolmalık kırmızı biber (çekirdekleri temizlenip, doğranmış)
1/2 kahve kaşığı kırmızıbiber

Küçük bir kasede yumurta, tuz, biber, hindistancevizi ve sütü çatala iyice karıştırmaya kadar çırpınız. Büyük bir tavada tereyağı orta ateşte eritiniz. Yağ kızınca soğan, domates, dolmalık kırmızı biber ve pul kırmızıbiberi ekleyip, arasıra karıştırarak 5 dakika, soğanlar ve kırmızı biberler yumuşayana kadar pişiriniz. Tavuğu ekleyip, 5 dakika daha pişiriniz. Ateşi iyice kısıp, kasedeki yumurtalı karışımı katınız. Sürekli karıştırarak yumurtaları pişiriniz. Tavayı ateşten alıp, yemeğinizi ısıtılmış bir servis tabağına aktararak, servis ediniz.

Not: Artmış tavuk etlerinin kullanıldığı bu lezzetli yemek, tavuk yerine kuzu yada dana etlerinden de yapılabilir.
